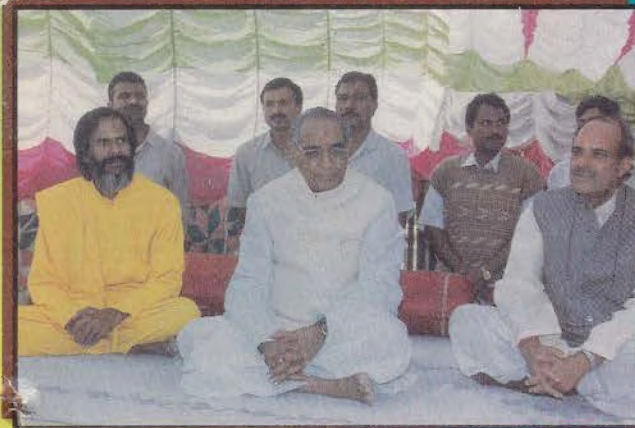


ऋषि प्रसाद

फरवरी १९९६ रूपये : ४.५०

सम्पादक

६ अंक : ३८



झाँसी के सत्संग समारोह में पधारे हुए
उत्तर प्रदेश के महामहिम राज्यपाल
श्री मोतीलालजी वोरा
सत्संग सरिता में स्नान करते हुए



ऋषि प्रसाद

वर्ष : ६

अंक : ३८

९ फरवरी १९९६

सम्पादक : के. आर. पटेल

मूल्य : रु. ४-५०

सदस्यता शुल्क

भारत, नेपाल व भूटान में

वार्षिक : द्विमासिक संस्करण हेतु : रु. 30/-

मासिक संस्करण हेतु : रु. 50/-

आजीवन : द्विमासिक संस्करण हेतु : रु. 300/-

मासिक संस्करण हेतु : रु. 500/-

विदेशों में

वार्षिक : द्विमासिक संस्करण हेतु : US \$ 18

मासिक संस्करण हेतु : US \$ 30

आजीवन : द्विमासिक संस्करण हेतु : US \$ 180

मासिक संस्करण हेतु : US \$ 300

कार्यालय

‘ऋषि प्रसाद’

श्री योग वेदान्त सेवा समिति

संत श्री आसारामजी आश्रम

साबरमती, अहमदाबाद-३८० ००५

फोन : (०७९) ७४८६३१०, ७४८६७०२.

प्रकाशक और मुद्रक : के. आर. पटेल

श्री योग वेदान्त सेवा समिति,

संत श्री आसारामजी आश्रम, मोटेरा,

साबरमती, अहमदाबाद-३८० ००५ ने

भार्गवी प्रिन्टर्स, राणीप एवं उमा ऑफसेट, शाहीबाग, अहमदाबाद में छपाकर प्रकाशित किया।

टाइपसेटिंग : विनय प्रिन्टिंग प्रेस, अहमदाबाद।

Subject to Ahmedabad Jurisdiction.

जो साधक तथाकथित अधूरे गुरुओं के जाल से बचकर सच्चे श्रोत्रिय ब्रह्मनिष्ठ सद्गुरु को पूर्ण परमात्म-स्वरूप जानकर हृदय के पवित्र भाव से उनकी सेवा-भक्ति करते हैं वे साधक आत्मज्ञान प्राप्त कर सकते हैं। जो सद्गुरु की सेवा करते हैं वे सम्पूर्ण विश्व की सेवा करते हैं। नम्रता और प्रेम से, अहंकार और उकताए बिना की हुई गुरुदेव की सेवा से साधक के हृदयमंदिर में आत्मज्ञान का प्रकाश जगमगा उठता है। - श्रीगुरुगीता

प्रस्तुत है...

१. महाशिवरात्रि - होलिका - अद्वैत होली २
२. शिवरात्रि व्रत ३
३. शिवरात्रि की महिमा ६
४. शिवभक्त उपमन्यु ७
५. शिव नाम का चमत्कार ९
६. प्रभु ! परम प्रकाश की ओर ले चल... १०
७. साधना प्रकाश
योगमय जीवन ११
८. आंतर आलोक १३
९. मन एक कल्पवृक्ष १६
१०. सत्संग सरिता
सत्संग की महिमा १८
११. रौद्र होली २२
१२. शरीर स्वास्थ्य २३
१३. संस्था समाचार २४

‘ऋषि प्रसाद’ के सदस्यों से निवेदन है कि कार्यालय के साथ पत्रव्यवहार करते समय अपना रसीद क्रमांक एवं स्थायी सदस्य क्रमांक अवश्य बतायें।

के आँसुओं की धारा बहने लगी। वे गद्गद् स्वर से बोले : “नाथ ! आज मुझे क्या मिलना बाकी रह गया ? मेरा यह जन्म सदा के लिये सफल हो गया। देवता भी जिनको प्रत्यक्ष नहीं देख सकते, वे देव आज कृपा करके मेरे सामने विराजमान हैं। उससे अधिक और मुझे क्या चाहिए। इस पर भी आप यदि देना चाहते हैं तो यही दीजिये कि आपके श्रीचरणों में मेरी अविचल और अनन्य भक्ति सदा बनी रहे।”

भगवान् चन्द्रशेखर ने उपमन्यु का मस्तक सौँधकर उन्हें देवी के हाथों सौंप दिया । देवीजी ने भी अत्यन्त स्नेह से उनके मस्तक पर हाथ रखकर उन्हें, अविनाशी कुमारपद प्रदान किया । तदनन्तर भगवान् शिवजी ने कहा : “बेटा ! तू आज अजर, अमर, तेजस्वी और दिव्य ज्ञानयुक्त हो गया । तेरे सारे दुःखों का सदा के लिये नाश हो गया । तू मेरा अनन्य भक्त है । यह दूध-भात की खीर ले ।” यह कहकर शिवजी अंतर्धान हो गये ।

इन उपमन्यु ने ही भगवान् श्रीकृष्ण को शिवमंत्र की दीक्षा दी थी ।



अम्बाला जिले के भोवा नामक ग्राम की घटना है। एक बार उस ग्राम का नम्बरदार (पटवारी, मुखिया) किसी दूसरे स्थान से अपने ग्राम लौट रहा था। लौटते समय मार्ग में पड़नेवाली बरसाती नदी, जो कि जाते समय सूखी पड़ी थी, वर्षा होने से उमड़ आई। उसे पार करने का कोई उपाय नहीं था, पर घर पहुँचना भी अत्यावश्यक था। बड़े सोच-विचार व चिन्ता में पड़कर वह भगवान शम्भु सदाशिव का स्मरण करने लगा।

नम्बरदार ने एकाग्रचित्त होकर भगवान् की प्रार्थना की। जो भगवान का होकर आर्तभाव से उन्हें पुकारता है उसकी सहायतार्थ वे परम सुहृद अवश्य ही दौड़े चले आते हैं। हमारे शास्त्रों में गजेन्द्र की पुकार, द्रौपदी की पुकार जैसे अनेक भगवदसहायता के उदाहरण मिलेंगे।

उस समय नम्बरदार के आश्चर्य का ठिकाना ही



योगમય જીવન

- पूज्यपाद संत श्री आसारामजी बापू

शरीर, मन और प्राण का जुड़वे भाइयों जैसा संबंध है। प्राण चंचल हो जाने से मन और शरीर भी चंचल हो जाते हैं। शरीर चंचल होने से मन और प्राण चंचल हो जाते हैं। इसलिए मन, प्राण और शरीर को एकता बनाना चाहिए। किसी एक आसन पर बैठकर एकाग्र मन से इष्टमंत्र या गुरुमंत्र का जप करना चाहिए। दृष्टि को नासाग्र रखें अथवा शुद्ध घी से जलते दीपक पर या इष्टदेव, गुरुदेव के चित्र पर स्थिर करें। दीया या चित्र नेत्रों की पुतली की सीध में हों ताकि सिर या नेत्र को ऊपर-नीचे न करना पड़े। इससे मन एकाग्र होगा।

मन की एकाग्रता से स्थूल प्राण सूक्ष्म होंगे। कुंडलिनी शक्ति जाग्रत होगी। फलतः शरीर में जहाँ-जहाँ वात, पित्त, कफ के दोष भरे हैं उन्हें शुद्ध करने के लिए स्वतः ही प्राणायाम होने लगेंगे। कभी न किये या न देखे हों, ऐसे आसन अपने-आप ही होने लगेंगे। शरीर भी तालबद्धता से हिलेगा, नाचेगा, कूदेगा।

प्रतिदिन आठ-दस प्राणायाम करने ही चाहिए । प्राणायाम अर्थात् प्राणों का आयाम-नियमन, प्राणों की विधिवत् तालबद्धता । प्राणायाम करने से प्राण तालबद्ध होकर सूक्ष्म होने लगेंगे । मन के दोष अपने-आप दूर हो जायेंगे ।

हमारे प्राण तालबद्ध नहीं हैं इसीलिए छोटी-छोटी

बातों में हम लोगों का चित्त उद्विग्न हो जाता है। काम, क्रोध, लोभ, मोह, रोग, शोक, भय, चिंता यह सब तालबद्धता के अभाव से ही हमें सताते हैं। जैसे बच्चा जब तक छोटा है तब तक उसके मन में कोई आकांक्षा, वासना, समस्या, भय या चिंता नहीं होती। इसलिए उसके प्राण तालबद्धता से चलते हैं और वह खुशहाल रहता है।

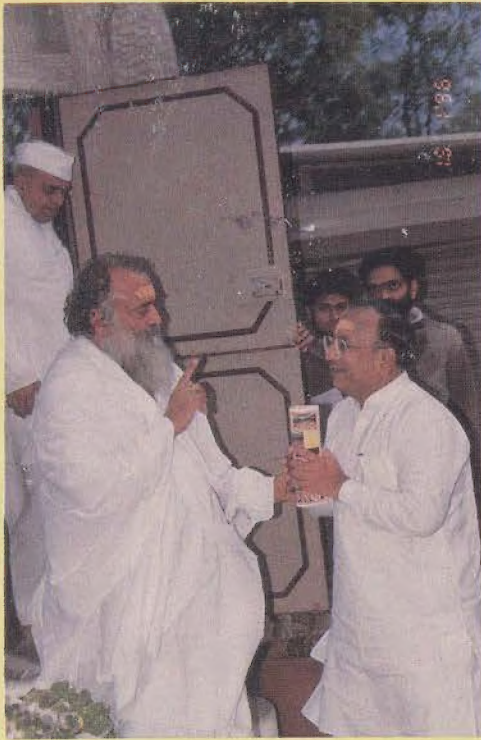
साधारण आदमी और योगी में इसी बात का फर्क होता है कि योगी बड़ी-बड़ी विषमताओं व प्रतिकूलताओं में भी चित्त को विक्षिप्त नहीं करते । ज्ञानवान् क्रोधी व्यक्ति की तरह क्रोध करते हुए दिखते हुए भी क्रोध नहीं करते क्योंकि उन्होंने प्राणायाम करके अपने मन और प्राण को तालबद्ध किया होता है ।

प्राणायाम करने से शरीर में विद्युत-तत्त्व बढ़ता है और शरीर नीरोग रहता है। साधक को कभी-भी नंगे पैर नहीं घूमना चाहिए क्योंकि इससे पैरों को 'अर्थिंग' मिलती है। ध्यान-भजन के प्रभाव से शरीर में जो विद्युत-शक्ति उत्पन्न होती है वह नंगे पैर चलने से पृथ्वी द्वारा खींच ली जाती है। विद्युत-शक्ति चली जाने से शरीर में शिथिलता आ जाती है व शिथिलता रहने से ध्यान-भजन में आनंद नहीं आता। सेवा या काम-काज में भी मन नहीं लगता। जब साधक

अपनी जीवन-शक्ति की सुरक्षा करता है और वह जीवन-शक्ति ध्यान-भजन के द्वारा ऊपर के केन्द्रों में आती है तब साधक को लौकिक जगत् में से अलौकिक जगत् में प्रवेश मिलता है ।

लौकिक जगत् में कर्म करके, परिश्रम करके थोड़ा-सा शारीरिक सुख मिलता है और अलौकिक जगत् में भावना का सुख है । आइसक्रीम खाने से, शराब पीने से, फिल्म देखने से या दूसरे लौकिक भोग भोगने से वह सुख नहीं मिलता, जो ध्यान के द्वारा, प्रेमाभक्ति के द्वारा साधक को मिलता है । ज्यों-ज्यों अंदर का सुख बढ़ेगा, त्यों-त्यों बाहर का आकर्षण छूटता जायेगा, वासना कम होती जायेगी । वासना कम होने से, मन की चंचलता कम होने से बुद्धि का परिश्रम कम होकर बुद्धि स्थिर होने लगेगी । तस्य प्रज्ञा प्रतिष्ठिताः ।

प्राणायाम करने से शरीर में विद्युत-तत्त्व बढ़ता है और शरीर नीरोग रहता है ।



श्री प्रकाशजी हिन्दूजा एवं हिन्दूजा परिवार पूज्यश्री के पावन सान्निध्य में धनघड़ी धनभाग महसूस करते हुए।



गुजरात राज्य के मुख्यमंत्री श्री सुरेशचंद्र मेहता संत श्री आसारामजी आश्रम में पू. बापू से पावन प्रेरणा पाते हुए।

टी सीरीजवाले श्री गुलशन कुमार पूज्यश्री के सत्संग समारोह (मुंबई) में पूज्यश्री का चित्र एवं श्रीगुरुगीता लिये हुए प्रसन्न वदन... भावविभोर...



गुजरात राज्य के शहरी विकास मंत्री श्री फकीरभाई वाघेला, पंचायत मंत्री श्री आत्मारामभाई पटेल, अहमदाबाद शहर की मेयर श्रीमती भावनाबहन दवे सत्संग और संत-सान्निध्य का प्रेम-प्रसाद पाते हुए।

